

Zollikerberg, 27. August 2020

## Beratung und Selbsthilfegruppen jetzt auch Online

Liebe Mitglieder,  
Lieber Leberpatientinnen/Patienten und Angehörige,

Aus unseren Gesprächen mit vielen Betroffenen und Angehörigen wissen wir: Der persönliche Dialog und die Selbsthilfegruppen von Swiss HePa sind für Lebererkrankte enorm wichtig und stossen auf grosses Interesse.

Diesen gegenseitigen Austausch möchten wir auch in Zeiten von Corona weiter ausbauen, weshalb wir jetzt zusätzliche moderne Formen der Online-Kommunikation anbieten.

Konkret heisst das:

**Jeden Montagabend von 20:00 bis ca. 20:45 bieten wir eine Online Beratung an.**

Wie funktioniert es:

Auf unsere Internetseite [swisshepa.org](http://swisshepa.org) unter Adressen, Online-Selbsthilfegruppen können Sie sich ab sofort für folgende Angebote anmelden:

- Online-Einzel-Beratung via Videotelefonie
- Online-Selbsthilfegruppen via Videokonferenz

Wir melden uns dann bei Ihnen und laden Sie persönlich für einen Termin ein.  
Sie werden von uns einen Link zum Zoom Meeting per E-Mail erhalten.  
Eine Anleitung für die erstmalige Nutzung von Zoom finden Sie auf der nächsten Seite.

Wir freuen uns natürlich sehr, Sie bald digital begrüessen zu können, denn die neuen Online-Formate bieten grosse Vorteile: Sie können von jedem Ort aus – ohne mühsame Anreise – mit uns und anderen Betroffenen kommunizieren. Und es besteht die Möglichkeit, Gruppen auch für spezielle Lebererkrankungen ins Leben zu rufen. Darüber hinaus können wir so die Gesundheitsrisiken senken, von denen Lebererkrankte betroffen sind.

Zudem bieten wir in den nächsten Monaten verschiedene Video-Vorträge an, die wir auf unserer Webseite unter «Aktuelles» kommunizieren werden. Sie sehen: Ein regelmässiger Besuch unserer Homepage lohnt sich!

Wir sind überzeugt, dass wir mit der Nutzung von Online-Tools den gegenseitigen Austausch weiter fördern können und freuen uns auf Ihre baldige Kontaktaufnahme über das Netz.

Mit besten Grüessen

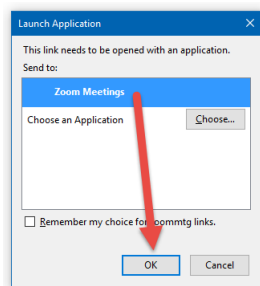
Carina Bobzin  
Gründerin und Präsidentin Swiss HePa

# Zoom-Anleitung – für erstmalige Anwender

Zur Teilnahme an einem Video-Meeting über die Zoom-Videokonferenz-Plattform (<https://zoom.us/>) ist das Herunterladen und Ausführen der kostenlosen Zoom-App erforderlich.

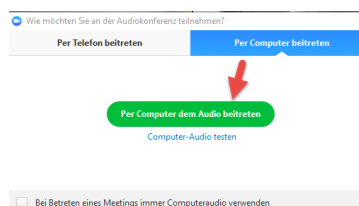
## So gehen Sie vor:

1. Verbinden Sie Ihren Computer mit Ihrer WebCam und Mikrofon bzw. Headset. Bei einem Laptop haben Sie ja schon alles an Bord.
2. Stellen Sie sicher, dass Sie Internetzugang haben, und klicken Sie 5 Minuten vor dem Termin auf den Zoom-Link, den Sie rechtzeitig von uns per E-Mail erhalten. Wenn Sie diesen Link nicht anklicken können, kopieren Sie diesen einfach in Ihren Webbrowser.
3. Es öffnet sich anschliessend im Browser ein Fenster. Sollten Sie das erste Mal Zoom nutzen, werden Sie aufgefordert, den Zoom-Launcher herunterzuladen und auszuführen. (Diese Installation ist nur einmalig erforderlich.) Bei **Firefox** sieht das so aus:



Bei **Google Chrome** sehen Sie ein Feld mit dem Button «**Launch Application**». Klicken Sie auf den Button und anschliessend auf «**App starten**».

4. Schon sind Sie im Meeting und können den Partner auf Ihrem Bildschirm sehen ;-)
5. Jetzt fragt Sie Zoom noch kurz, wie Sie «tonmässig» am Treffen teilnehmen möchten. Klicken Sie auf «**Per Computer dem Audio beitreten**». Schon kann's losgehen ;-)



6. Ihre Video- und Audio-Einstellungen können Sie übrigens einfach über die Mikrofon- und Kamera-Icons links unten vornehmen. Klicken Sie dazu auf die «nach oben»-Pfeile und wählen Sie Ihre gewünschte Einstellung.

